



# HIGHLAND PARK SENIOR HIGH SCHOOL NEWSLETTER

International Baccalaureate World School

## 30 de octubre de 2020

### Atención Padres de Estudiantes de Grado 9

Su estudiante acaba de recibir la siguiente presentación de sus consejeros a través de las clases de ciencias. La presentación cubre información importante que todo alumno de noveno grado debe conocer sobre los promedios de calificaciones (GPA), transcripciones y los requisitos de graduación. Organizaremos sesiones abiertas de Google Meet para que los estudiantes hagan cualquier pregunta de seguimiento. Queremos estar seguros de que los padres también estén al tanto de esta información, así que haga clic en el enlace para ver y escuchar la presentación. Nos informaron que el sonido no funciona bien al ver la presentación en los iPads de los estudiantes de SPPS. Recomendamos ver la presentación en un dispositivo alternativo, como una computadora portátil, computadora o teléfono para escuchar el audio.

#### **Entendiendo el GPA, Transcripciones, y Requisitos de Graduación: Expectativas de los Estudiantes**

*Direcciones: Por favor vea esta presentación de parte de sus consejeros y complete el Ticket de Salida que esta en la presentación para ganar puntos por completar esta tarea. (Presentación tarda 15 minutos o menos en verse)*

[https://docs.google.com/presentation/d/1hc7hu61t-xvr\\_UKp4A9PDxrmEP11qPR1I34IVnfJEGY/present](https://docs.google.com/presentation/d/1hc7hu61t-xvr_UKp4A9PDxrmEP11qPR1I34IVnfJEGY/present)

### Grados/Notas Trimestre 1 y el Reporte

Un recordatorio importante de que este año los estudiantes no recibirán automáticamente un pase o aprobado para las clases. Las calificaciones o notas obtenidas pueden variar entre A, B, C, D y NP (no pasó). Es esencial que los estudiantes asistan a todas sus clases, hagan el trabajo asignado y se reúnan con los maestros durante sus horas de oficina para recibir ayuda. **El primer trimestre termina el 13 de noviembre** y el reporte de calificaciones no se enviarán por correo a casa, pero los padres y los estudiantes deben revisarlas electrónicamente.

### Bienestar Estudiantil y Familiar

Es fácil sentir que "deberíamos" estar acostumbrados a nuestra nueva vida normal a siete meses de la pandemia de COVID-19, pero la verdad es que seguimos viviendo en tiempos sin precedentes. Los siguientes consejos para hacer frente a una pandemia se ha sacado de un artículo que ha tenido una amplia circulación y que merece la pena leer o releer. Lea el artículo aquí/[here](#).

## Consejos para Afrontar una Pandemia

1. Acepta que la vida es diferente en este momento: no se rinda y no malgastes energía resistiéndose a la realidad.
2. Espere menos de usted mismo y recargue las energías. Explore las preguntas a continuación ahora que muchos sistemas de ayuda actualmente no están disponibles.
  - ¿De dónde obtengo mi energía?
  - ¿Qué tipo de tiempo de inactividad necesito?
  - ¿Qué rutinas necesito ahora mismo?
3. Reconocer los diferentes aspectos del duelo: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Todo se puede experimentar en diferentes momentos y de la nada, y es natural lamentarnos de la forma de vida a la que antes estábamos acostumbrados.
4. Busque actividades, nuevas y que hacia antes, que continúen satisfaciéndolo.
5. Concéntrese en mantener y fortalecer las relaciones importantes.
6. Desarrolle su resiliencia enfocándose en dormir, la nutrición, el ejercicio, la meditación, la autocompasión, la gratitud, la conexión y decir no.

## Consejos para Ayudar a los Jóvenes a Sobrellevar una Pandemia

Las familias y las escuelas apoyan a los niños y adolescentes brindándoles seguridad, tranquilizándolos en momentos difíciles y asegurándose de que sean vistos.

**Seguridad:** proporcionar la mayor consistencia posible ayuda a los jóvenes a sentirse seguros. Trate de estar ahí para su hijo y cree las rutinas típicas y predecibles.

**Calmar:** los adultos solidarios brindan una presencia tranquilizadora a los jóvenes durante los momentos difíciles. Los niños pueden beneficiarse de ver a los adultos con un sentido de confianza y esperanza.

**Visto:** escuche a su hijo y reconozca cuando se ve incómodo o si hay un cambio de comportamiento. Honre su historia y emociones únicas.

Los consejeros y trabajadores sociales de HPSH están aquí para apoyarlo a usted y a su familia. Para obtener más información y recursos, visite la sección de asesoramiento del sitio web de nuestra escuela aquí/[here](#).

## Recaudación de Fondos de PTSA

¿Compras en Amazon? ¿Sabía que un porcentaje de sus ventas podría beneficiar a Highland Park PTSA?

Así es cómo:

1. Inicie sesión en [Amazon.com](#)
2. Haga clic en Cuenta y listas.
3. Haga clic en Your AmazonSmile
4. Busque y elija: HPSH PTSA
5. Cuando compre, vaya a [SMILE.amazon.com](#)

\* Asegúrese de que HPSH PTSA se enumere bajo **Apoyo/Supporting**: debajo de la barra de búsqueda. ¡Es así de fácil! ¡Gracias por su apoyo a la PTSA y a nuestra comunidad de Highland Park Senior High!

## Lista de lo que Desean los Maestros

Por favor, consulte la lista de los artículos necesarios AHORA para este año escolar diferente. Considere asociarse con otra familia en artículos de costo mayor. La mayoría de los artículos están enlazados para facilitar la compra en línea con entrega a domicilio.

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1cOlpi7RauxKtOvfoOLlxRWLF-7iiuXj7g2yuiJfdWi0/edit?ts=5d6fe22b#gid=0>

## Centro de Recursos Universitarios y Profesionales

¡El CCRC está aquí para ayudar a los estudiantes con la planificación universitaria y profesional! El CCRC proporciona los siguientes recursos a los estudiantes:

- Herramientas, intereses y habilidades de exploración
- Información de profesiones
- Ayuda para preparar el Resume
- Herramientas de exploración universitaria y postsecundaria
- Admisión a universidades, visitas de representantes militares y de carrera
- Información de la prueba de admisión a la universidad, como ACT y Accuplacer
- Becas
- Ayuda financiera
- Oportunidades comunitarias y de verano
- ¡Y más!

Haga clic aquí para ver el último boletín de CCRC/[Click here to see the latest CCRC newsletter](#) que destaca las próximas oportunidades universitarias y relacionadas con la carrera.

### De Parte de la Biblioteca

La biblioteca de HPSH se complace en anunciar que ofrecerá un servicio de préstamo de libros fuera del edificio durante el aprendizaje a distancia. Los estudiantes pueden solicitar y devolver libros en la biblioteca de nuestra escuela. Después de recibir un correo electrónico de confirmación, los libros estarán listos para ser recogidos en la acera del edificio los **jueves de 12:00 a 3:00 pm**. Los libros también se pueden devolver en este momento. Los estudiantes están hartos de mirar sus pantallas. ¡Pongamos libros impresos en sus manos! Preguntas se pueden dirigir a [alison.rahman@spps.org](mailto:alison.rahman@spps.org)

\*\* Vea este folleto interactivo que tiene toda la información, incluido un video tutorial sobre cómo solicitar y poner libros en reserva: : : [HPSH Curbside Book Checkout](#)

### Clínica de Salud de Highland Park

La Clínica de Salud de Highland Park seguirá brindando sus servicios de salud y apoyo a los estudiantes durante el aprendizaje a distancia y durante este año escolar. Los servicios que ofrecemos incluyen atención médica, terapia de salud mental, asesoramiento nutricional y educación para la salud. No cobramos a las familias por los servicios y sólo facturamos al seguro si usted tiene y es posible. ¡Todos los estudiantes de Highland y los jóvenes de la comunidad cercana mayores de 11 años son elegibles para recibir atención! El personal de la clínica estará en Highland los martes y miércoles de 8 a.m. a 4 p.m. Los lunes, jueves y viernes ofrecemos visitas virtuales para los estudiantes a través de Telehealth. No proporcionaremos pruebas de COVID. Sin embargo, evaluaremos la exposición y los síntomas de COVID con cada paciente y personal que ingrese a nuestras facilidades. Si los pacientes o sus familias necesitan ayuda para acceder a las pruebas de COVID, podemos dirigirlos a los sitios de pruebas locales. Teléfono directo de la clínica: 651-690-7667 Número de la clínica/Telehealth para hacer citas: 651-412-8445 o correo electrónico: [trpflum@mncare.org](mailto:trpflum@mncare.org)

### Asociación de Padres Maestros y Estudiantes

Bienvenidos a la Asociación Padres Maestros y Estudiantes (PTSA) ¡Estamos listos para enfrentar el desafío del año escolar 2020-2021!

Como padre/tutor de un estudiante de Highland Park Senior High (HPSH) o estudiante de HPSH, usted es miembro de una comunidad sólida que apoya a todos los estudiantes y maestros. Nuestra comunidad será más fuerte que nunca a medida que enfrentemos los desafíos del aprendizaje virtual. Incluso más que en el pasado, confiaremos más en la comunicación electrónica, las reuniones virtuales y las fuentes de redes sociales para mantenernos conectados.

Comuníquese con nuestro PTSA utilizando una o más de nuestras herramientas de comunicación:

Únase a la lista de correo electrónico/email de PTSA: <http://goo.gl/forms/Z60kDF5vIrHMNxCV2>

Encuéntrenos en Twitter: @scotsptsa

Únase a nosotros en Facebook en Highland Park Senior High Families and Friends:  
<https://www.facebook.com/groups/668231483252731/>

## VALORES DE PTSA

Con estudiantes y maestros en el centro de todo lo que hacemos, el grupo de **PTSA de Highland Senior High School** apoya la excelencia, el enriquecimiento y la programación integral que construye el rendimiento y la estructura comunitaria de nuestra escuela. Apoyamos estos valores de dos formas fundamentales:

- Proporcionar recursos para los estudiantes, maestros y salones de clases a través de fondos directos que apoyan las actividades, suministros del salón y de programas; y,
- Unir a la comunidad de HPSH a través del apoyo para actividades, eventos y programas de enriquecimiento basados en intereses en toda la escuela.

## RAZONES PARA UNIRSE A PTSA

- Es bueno para su hijo. Las investigaciones demuestran que los niños cuyos padres están involucrados en su escuela obtienen mejores calificaciones y tienen menos problemas disciplinarios.
- Descubra recursos para ayudar a que la experiencia de su hijo sea exitosa en la escuela secundaria.
- Estarás "informado". Cada reunión de HPSH PTSA incluye una actualización del director, Dr. Tucker y otros miembros del personal.
- Somos flexibles. Unirse a la PTSA no significa que tenga que asistir a todas (o ninguna) reunión. Asista a las reuniones y otros eventos de la PTSA, según lo permita su horario. Si se inscribe en la lista de distribución de la PTSA en ([HPSHpts@gmail.com](mailto:HPSHpts@gmail.com)), recibirá las actas o minutas de la reunión y siempre sabrá qué está haciendo el PTSA.
- Acceda a la red HPSH PTSA. El PTSA es una excelente manera de conocer a otros padres, además del personal de la escuela y los maestros.
- Es una oportunidad para hacer una diferencia. Al compartir sus ideas, preocupaciones y experiencias, puede ayudar a fomentar un fuerte sentido de comunidad en HPSH.
- Le necesitamos. EL PTSA trabaja en nombre de todos los estudiantes de HPSH. Necesitamos su apoyo para realizar este importante trabajo y tener éxito.

**La próxima reunión del año de la PTSA es el 11 de noviembre a las 6:30 pm** y se llevará a cabo virtualmente. El código de reunión de Google Meet es [meet.google.com/see-fgci-wfe](https://meet.google.com/see-fgci-wfe). Si tiene problemas con el enlace, simplemente cópielo y péguelo en el navegador web Google Chrome.

## Entrega de Comida

Las cajas de comida están disponibles de dos formas:

- **Servicio de Entrega a Domicilio:** Una semana de desayuno, almuerzo y leche se entregan en la puerta de su casa, un día a la semana. Es necesario registrarse.
- **Recoger en la Escuela:** El desayuno, el almuerzo y la leche de una semana se pueden recoger en cinco escuelas secundarias de lunes a viernes, de 9 a.m. a 3 p.m. No es necesario registrarse.

Todos los detalles están disponibles en: [spps.org/fallmeals](https://spps.org/fallmeals) en Inglés, Español, Hmong, Somali y Karen.

Además, recuerde completar la Solicitud de beneficios de almuerzo gratis o reducido <https://www.spps.org/Domain/14318> si aún no lo ha hecho. Si bien esto no afecta el costo de las comidas este otoño, esta información es vital para asegurar la financiación de los salones de clases.

## Próximos Eventos

Noviembre 11, 6:30 pm  
Noviembre 13  
Noviembre 16  
Enero 26, 2021

Reunión de PTSA  
Final del 1<sup>er</sup> Trimestre  
Comienza el Trimestre 2  
Examen de PSAT

## Fechas del Final del Trimestre y Notas/Calificaciones

Trimestre 1    Noviembre 13

Trimestre 2    Enero 28

Trimestre 3    Abril 1

Trimestre 4    Junio 11